

ОЦЕНКА ПОЛОВОГО СОЗРЕВАНИЯ ЮНЫХ ПЛОВЧИХ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЦЕНОЧНЫХ ШКАЛ

Д.Н. Пригодич, А.Н. Манкевич, аспиранты

Научный руководитель – В.Ю. Давыдов, д.б.н., профессор

Полесский государственный университет

Введение. При планировании многолетней спортивной подготовки и определении нагрузок на различных этапах возрастного развития необходимо основываться на знании биологических закономерностей роста и развития организма: гетерохронности (неодновременности) развития, сенситивных «чувствительных» к внешним воздействиям периодах их развития [2, с. 13].

Гетерохронность развития и сенситивные периоды являются отличительными чертами пубертата, характеризующих появление у спортсменок вторичных половых признаков [1, с. 6].

Организация исследования. Нами проведен анализ распределения спортсменок 11–16 лет, занимающихся плаванием с разной степенью развития вторичных половых признаков.

Результаты исследования. С возрастом происходит перераспределение процентного соотношения спортсменок с разной степенью развития вторичных половых признаков. Необходимо отметить, что в возрасте 11 и 12 лет 100% спортсменок не имеют менархе.

Мы связываем отсутствие менархе в группах 12–летних спортсменок с влиянием нагрузок в тренировочном процессе (табл. 1).

Таблица 1 – Степень выраженности вторичных половых признаков спортсменок (по В.Г. Властовскому)

Возраст, лет	n	% спортсменок без Ме		Отсутствие вторичных половых признаков		Слабое развитие		Среднее развитие		Сильное развитие	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
11	34	34	100	20	58,8	13	38,8	1	2,9	0	0
12	26	26	100	5	19,2	19	7,30	2	7,6	0	0
13	18	11	69,0	1	55,0	11	69,0	5	28,0	2	92,0
14	18	0	0	0	0	7	38,0	6	33,0	5	27,0
15	12	4	33,0	0	0	4	33,0	7	58,0	1	8,3
16	7	0	0	0	0	0	0	6	85,7	1	14,2

Для того, чтобы сопоставить степень биологического развития организма спортсменок с уровнем их функциональной зрелости, нами было выделено несколько типов развития: акцелерированный – ускоренно развивающийся, средний – средне-возрастной, ретардированный – замедленно развивающийся. Выделение типов развития проводилось по разработанной нами оценочной шкале (табл. 2).

Таблица 2 – Шкала оценки типов развития спортсменок разного возраста, занимающихся плавание в зависимости от суммы балла полового развития

Возраст, лет	Типы развития		
	Ретардированный– замедленно развивающийся	Средний– средне-возрастно	Акцелерированный– ускоренно развивающийся
12	0,40–2,44	2,45–6,12	6,13–8,34
13	0,92–4,08	4,09–7,27	7,28–10,40
14	3,64–6,31	6,32–9,00	9,01–11,68
15	8,83–10,41	10,42–11,30	11,31–12,00
16	9,63–10,45	10,46–11,71	11,72–12,00

За средний (нормальный) тип развития мы приняли границу интервала $\pm 0,67\delta$; акцелерированный тип развития находится в интервале от $+ 1,34\delta$ до $+ 2,01\delta$; граница ретардированного типа развития от $- 1,34$ до $-2,01\delta$.

Используя шкалу оценки типов развития, можно определить принадлежность любой спортсменки к определенному типу развития (акцелерированному – опережающему, среднему – нормальному, ретардированному – отстающему).

Заключение. Тип развития сам по себе не является фактором, лимитирующим уровень достижений в спорте, и в частности, в плавании, но в пубертатный и постпубертатный период тип развития существенно влияет на уровень развития физических качеств и в конечном итоге, на спортивный результат. Это необходимо учитывать при планировании тренировочных нагрузок в различных возрастных группах, а также при проведении отбора юных пловцов на различных этапах многолетней подготовки.

Список использованных источников

1. Давыдов, В.Ю. Бакулин В.С., Саввин В.И., Булычев Г.Д., Лущик И.В., Фомичева В.Д. Морфологические критерии отбора и контроля в плавании. – Волгоград, ВГАФК, 1995. – 18с
2. Тимакова, Т.С. Многолетняя подготовка пловца и ее индивидуализация. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 145 с.